

فريدلاند للبحار طر مع الأصدقاء



الدار الذهبية

دكتور عمرو حسن أحمد بدلان

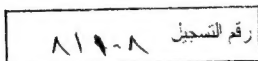
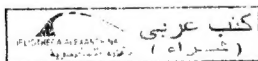
فن التعامل مع الأصدقاء

Dealing with Friends Art



مكتور

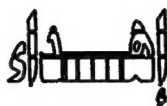
عمرو حسن أحمد بدر لاج



الدار الذهبية

مكتبة الإسكندرية
بالتصوير

قل لی من تصادق اقل لك من انفس



إلى ...

الأستاذ الدكتور / محمد كمال المنصوري

وكيل كلية التربية الرياضية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة - جامعة المنصورة

يسعدني أن أهدي سيادتكم كتاب:

فن التعامل مع الأصدقاء

مع خالص احترامي لشخصكم،

عمر و بدران



"سلام على الدنيا إذا لم يكن بها ... صديق صدوق صادق الوعد منصفاً"
الصداقة أجل شيء في الوجود، فهي علاقة إنسانية راقية، وتعبير عن صلة
بشرية رائعة، ومنيع لتقبل وحب الحياة بكل أحزانها وآلامها.
الصداقة كالبیان، كلما كان أساسها قوياً عاشت فترة أطول، وعلاقة
الصداقة دعائمها عديدة: الود - التفاهم - التعاطف - تقارب المبادئ - الميول،
كلها تخلق علاقة متينة يصعب على الرياح العاتية اقتلاعها.
والأصدقاء ثلاثة أنواع، هم:

العاصي:

وهو المرتكب والمتشعب بالمعاصي، وهذا الصديق ... ابعد عنه كل البعد
مهما كان يلزمك الأمر.

الخافل:

وهو طيب القلب، ولكن في غفلة، وهذا لا يقال عنه عاصي.

الصالح:

هذا الصديق تثبت به بكل ما تستطيع.

الصداقة، تترك أثرها العميق في ذهن الإنسان ومشاعره وأحاسيسه
وانطباعاته وحركته.

والله أسأل أن ينفع به، وأن يجعله خالصاً لوجهه الكريم.

المؤلف

الصدقة

تعد الصدقة في مفهومها العام، قدرة الإنسان على أن يتوافق مع نفسه أولاً، ومع الآخرين ثانياً، وأن يقبل نفسه، ويقبل الآخرين، فهو إذاً لا يعيش منفرداً في هذه الحياة، وإنما مع الآخرين، وهذه طبيعة الكائن البشري مد خلق الله الإنسان على وجه الأرض.

وتتفق معظم الدراسات النفسية الحديثة على وجود صلة وثيقة بين التفاعل مع الأصدقاء، وبين التوافق النفسي الاجتماعي في كل مراحل الحياة بصفة عامة، وفي مرحلتها الطفولة والمراهقة بصفة خاصة.

وقد أظهرت دراسات أواجيل ومك، فيما يتصل بالصحة النفسية أن الأشخاص الذين يفتقدون الأصدقاء يكونون أكثر عرضة للإصابة باضطرابات نفسية، منها:

- التوتر.
- القلق.
- الاكتئاب.
- الملل والسأم.
- الحجل الشديد.
- بطء تقدم الذات.
- ضعف مقاومة الأمراض الجسمية، والتأخر في الشفاء.
- العجز عن التصرف الكفء عندما تضطرهم الظروف إلى التفاعل مع الآخرين.

إذاً، الصداقة، هي البذرة الأولى في تكوين حياة المجتمعات وتقارب وجهات نظر الناس حول موضوع ما، أو إقامة صلة القربى ... وغيرها.

وعند الإبحار في تكوين مفهوم الصداقة تاريخيًا وانثروبولوجيًا لوجدناها تدل على بداية تكوين الإنسان للمجتمع، وامتداد هذا المجتمع إلى المجتمعات الأخرى، فالإنسان قديمًا مارس أول مهنة في التاريخ وأقدمها، وهي الزراعة، فقد كانت الأرض هي الصديق الوفي الذي ظل يرعاه أكثر من نفسه أحيانًا، فالأرض هي الأم والصديق، وهي التي سهر من أجلها ورواها بالدم دفاعًا عنها، وحفظ علاقته بها وضحي من أجلها، فكانت الصداقة الأولى بين الفلاح والأرض، صداقة امتدت إلى عمق جذور الإنسان في التاريخ، هذا الإنسان الذي يتغير كيانه عندما يترك أرضه أو وطنه، ولن يجد في هذه الأرض الواسعة متسكًا له.

إن الأرض، هي أفضل تعبير عن إخلاص الإنسان، بعد أن بنى عليها موطنه، وأقام عليها أمنه، وتزوج عليها، وأنجب أولاده، وعلمهم الإخلاص لها والتضحية من أجلها، وعليها تقارب مع الناس وتجاور معهم.

إن التعبيرات الرمزية عن الصداقة كثيرة، وشواهدا متعددة، فصداقة الرجل مع الأرض تأخذ منحى الوفاء لهذه الصداقة، وصداقة الرجل مع الزوجة لها أبعاد أكثر مما هي امتداد روحي لأجل البناء الدنيوي وتكوين أسرة، وصداقة الإنسان مع الآخرين المحيطين به ومشاركته لهم في السراء والضراء.

تلك العلاقة التي لا يعيها الإنسان حق الوعي إلا عندما تنفصم إحدى وشائجها وتحول إلى النقيض من ذلك.

والروابط بين الناس قائمة على أساس حاجة الناس لبعضهم البعض، فالبشر يقدم كل منهم للآخر أعظم مبرات الحياة وأفراحها وأحزائها، وربما تكون هذه الروابط أحد الأسباب الرئيسة في ملاحظة كل منا للآخر ومحاولة فهمه، ومعرفة ما يدور بداخله، ليمتد هذا الفهم ويتحول إلى صداقة أكثر عمقاً، فالناس تحتاج للناس من خلال ما يقدمونه لهم من مساندة اجتماعية تسهل بالفعل عملية التوافق مع الناس والاستمرار بالحياة والتكيف رغم المصاعب.



الصداقة صفة أم اختيار؟

في حياة كل إنسان، علاقات وروابط مع آخرين من بني جنسه، قد تمتد لتجاوز العلاقات والروابط المصلحية إلى روابط وعلاقات ينسكب في وشائجها بعض من شعاع الروح، اصطلاح على تسميتها بالصداقة، والباقي هذه العلاقات والروابط بالأصدقاء.

وهنا قد يطرح سؤال، وإن نعته البعض بالسذاجة، لكنه سؤال لا بد من الإجابة عليه، وهو: لماذا الصداقة؟، ولماذا الأصدقاء؟، وهل من الواجب والضروري اتخاذ صديق؟.

وللإجابة أقول، فمن دون أصدقاء:

- كيف يستطيع الإنسان أن يجتاز العقبات في هذه الحياة؟.
- كيف ينجح إنسان لم يكون لنفسه بعد شبكة من العلاقات الاجتماعية تعينه في تحقيق أهدافه؟.
- هل سمعتم أن زعيمًا تسلق سلام المجد، من دون أن يكون له بطانة وأعوان؟!.
- ويؤكد لنا الواقع عدم وجود نجاح بغير صداقات، ولن تكون صداقات بغير فن العلاقات، ولن تكون علاقات بغير حب، وكيف يمكن للحب أن ينمو خارج المجتمع وبعيدًا عن الناس؟.
- إذًا، لا بد من الصداقة في حياة كل إنسان منا، ولكن ما المقصود بالصداقة؟، وما المراد بالأصدقاء؟.**

جاء في كتاب: لسان العرب، لابن منظور الصداقة من الصدق، والصدق نقيض الكذب.

وهذا تكون الصداقة، هي صدق النصيحة والإخاء، والصدق هو من صدقك.

وقد عرف أبو هلال العسكري، الصداقة في كتابه: الفروق في اللغة، بأنها: اتفاق الضمائر على المودة.

وعرفها أحد علماء النفس، أنها: علاقة بين شخصين أو أكثر تتسم بالجاهزية المتبادلة المصحوبة بمشاعر وجدانية.

ويضيف البعض الآخر، بأنها: علاقة اجتماعية وثيقة ودائمة تقوم على تماثل الاتجاهات بصفة خاصة، وتحمل دلالات بالغة الأهمية تمس توافق الإنسان واستقرار الجماعة.

إن الصداقة فن وصناعة، إلا أن لها أرضية لابد من قبيتها، وهي الالتزام بالأخلاق الفاضلة، أي صداقة قائمة على الخلق الإنساني الرفيع.

وعما أن الصداقة فن، فهذا يعني أن نستعمل الذوق والفكر والقلب والضمير معاً في إقامة الصداقات وإيجاد الأصدقاء.

إن الصداقة ليست مسألة عادية؛ بل هي من المسائل الملحة والخطيرة في حياة الإنسان، لأن تأثير الصديق على صديقه ليس تأثيراً فجائياً ملموساً ليتعرف من خلاله بسهولة على موقع الخطأ والصواب؛ بل هو تأثير تدريجي، يومي، وغير ظاهر، ومن هنا تظهر خطورة الصداقة في حياة الإنسان، والمجتمع، وضرورة الاهتمام بها من قبل الأفراد والجماعات.

والصدقة اختيار، ولا يجوز أن تترك اختيار أصدقائك للصدقة، إذ إن الصدقة قد تكون جيدة في بعض الأحيان، ولكنها لا تكون كذلك في أكثر الأحيان، ولهذا فإن على الإنسان أن يبادر إلى اختيار أصدقائه، حسب المعايير الصحيحة قبل أن تؤدي به الصدقة إلى صداقات وفق معايير خاطئة.

وفي هذا الصدد يشير علماء النفس، إلى بعض المعايير التي لا بد وأن يأخذها الإنسان عند بدء الصداقة، مثل: التقارب العمري في معظم الحالات بين الأصدقاء - توافر قدر من التماثل بينهم فيما يتعلق بسمات الشخصية - القدرات العقلية - الاهتمامات - القيم - الظروف الاجتماعية - مراعاة الدوام النفسي والاستقرار في الصداقة.

وبما أن الصديق له الأثر الكبير على حياة الإنسان والمجتمع، فلا بد أن نختار من تكون تأثيراته محمودة، فالواجب ألا نبحث عن الصديق فحسب؛ بل عن الصفات التي يتمتع بها، وأهمها:



- العلم.
- العقل.
- الخير.
- الزهد.
- الوفاء.
- الحكمة.
- الفضيلة.
- الإخلاص.
- الخلق الكريم.

- الأمانة.
 - الصدق.
 - خفة الظل.
 - الانبساط.
 - الاستقلال.
 - الثقة بالنفس.
 - كل ما يوحى بالقوة.
 - الميل إلى الحياة الاجتماعية.
 - الاعتناء بكل ما هو محبوب.
 - الدين، وهو كل ما يشير إلى الإيمان بالله وأداء الفرائض الدينية.
- ومن هذا نستخلص، أن الصداقة في كل الأحوال لابد أن تكون قائمة على
- الحلق الإنساني الرفيع.

إذاً، على الإنسان أن يكون حذرًا في اختيار أصدقائه.

قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم:

”المرء على دين خليله، فليفتقر أحدكم من يخال”

وقد يتخوف البعض من هذا الأمر بشكل كبير، فيؤثر الوحدة في الحياة على الصداقة مع الناس، وبعض الناس على العكس من ذلك، إذ يتخذ من عملية الصداقة بحد ذاتها هواية، فيكثر من الأصدقاء دون أي حساب.

وكلا الطريقين السابقين خاطئ، فليس من الصواب أن يتخذ الإنسان
أصدقاءً بلا حساب، كما ليس من الصحيح أيضاً أن يعيش الإنسان في عزلة عن
الناس؛ لأن العزلة حالة مخالفة لفطرة الإنسان الاجتماعي بالطبع.



مراحل تكوين الصداقة

إن السلوك الاجتماعي لدى الناس يعد أولى لبنات تكوين صداقات، وإقامة روابط بين الأفراد أو الجماعات في: البيت - الشارع - المدرسة - المسجد - العمل، وتحكم هذه الروابط معايير معينة.

يُحفظ كل إنسان بمستوى معين من الحدود لإقامة العلاقة، فالبعض يتكلم داخل أسرته بطريقة معينة، ويتعامل مع الناس بطريقة مختلفة، وربما يتجنب التحدث بموضوعات خاصة في أماكن معينة؛ بل حتى طريقة ارتداء الملابس أو ألوانها تحتملها الظروف والمناسبات معينة، فالسلوك الاجتماعي يتحدد آفاقه الآنية من خلال الفعل الصادر عن الإنسان والحاجة إلى ذلك السلوك في التعامل، وإدراكاتنا في التفاعل الاجتماعي.



ويتأثر الإنسان إلى حد كبير بإشارات الاتصال غير اللفظي، المشتملة على تعبيرات الوجه ووضع الجسم والتلميحات واتجاه النظرات والمظاهر غير اللفظية للحديث - النبرة والارتفاع في الصوت والتوقيت وفترات الصمت ... وغيرها.

المؤثرات السابقة، يراقبها الإنسان كسلوك عند الناس، ويستخلص منها الأسباب والنتائج لإقامة علاقة، ومن ثم التغلغل إلى فهم الصحة أو إقامة حواجز نفسية قبل الموافقة لامتداد العلاقة.

وتتدخل في مراحل تكوين الصداقة عدة عوامل ، أهمها :

الألفة والحب :

إن مفهومي الألفة والحب يدخلان مدخلاً قوياً في الصداقة بكل أنواعها ،
فمفهوم الألفة يلعب بعيداً إلى توق النفس للاتصال عن قرب بإنسان موثوق به
يحمل صفات الإنسانية؛ مما يؤدي بالتالي إلى اندماج العلاقة بالمساندة الانفعالية مع
الآخر.

أما مفهوم الحب، فيستخدم عادة لوصف المشاعر تجاه عدد قليل من
الناس، يشعر الإنسان نحوهم بالانجذاب والتعلق الشديد، أي أن الحب، هو: شكل
حاد من الانجذاب، ونقصد به هنا ما نشعر به في حياتنا اليومية كالحب الوالدي
والحب الأخوي، وحب الأصدقاء، وحب الإنسانية، حب الوطن.

ويدخل هذان المفهومان - الألفة والحب - ضمن تصنيف المدعمات
الاجتماعية، وهي مفاهيم تتعلق بمفهوم البناء في العلاقات المتبادلة، وتصنف إلى:

- **العهد:** أو الوجدان الإيجابي.
- **المعلومات:** وتتضمن الآراء والنصائح والمعارف.
- **المكانة:** وتشمل القروعات التي تشعر بالنفوذ والاحترام، أو التقدير.
- **الخدمات:** وتعني النشاطات المؤثرة في الإنسان الآخر، من قبيل إسداء
جميل أو عمل معروف.



الإعجاب:

على الرغم من أن الناس بحاجة إلى الناس، ويحتاج كل منهم للآخر، إلا أن الإنسان منا يتمتع بصفة خاصة لديه، وهذه الصفة هي الاختيار.

ولكن ما الذي يجذب البعض بفعل عامل الإعجاب؟، هل هي السمات المرغوبة التي يظهرها الآخر؟ بحيث تجذب المقابل؟، أم أن عامل الوسامة ذو تأثير فعال على الإعجاب؟، أم هي جاذبية الحديث والمنطق الذي يتكلم به الإنسان؟ مما يثير لدى المقابل عامل الإعجاب ثم الانجذاب...؟، أو ربما لغات الذكاء التي يبدؤها؛ بحيث تترك تأثيراً واضحاً على الآخرين؟.

إن لمنطق التحدث والكلام تأثيراً قوياً على الآخر، وهذا أمر لا شك فيه، فضلاً عن الأسلوب الذي يؤثر في الآخرين ويأسرهم بجمالية خاصة، أو لهجة معينة منطوقة، أو رؤية مؤثرة ذات منطق آسر.

ويتدخل عامل آخر يزيد من الإعجاب ويسرّج كفته على العوامل الأخرى، وهو الجاذبية التي يتمتع بها الإنسان وتؤثر على الآخرين.

كل تلك المؤثرات التي تثير الإعجاب في الناس عموماً، أو في إنسان ما خصوصاً، يجتمع معها الشخصية وتأثيراتها، ولغات الذكاء وآثارها، والقدرة على التأثير اللغوي والسمعي على الآخر.

وإذا ما اجتمعت لدى الإنسان هذه العوامل، مع الصدق كقوة. تأثير، يتحقق عامل الإعجاب.

الشخصيات المتجمة:

إن الأفراد الذين تتشابه شخصياتهم ربما يكونون أصدقاء في الواقع الحالي أو ربما في المستقبل، وكذلك الحال إذا توفرت عناصر الجذب في إحدى الشخصيات، فإن الآخر يتجذب إليه، أما في هذه الخاصة فتطرح الشخصيات المتجمة؛ حيث ينشأ عن طريق التبادل الكلي بين الناس أساس في إقامة الصداقات والصلات القوية.

وتقوم فكرة التبادل على أساس التكافؤ في العلاقة بين الأفراد؛ مما يزيد من فرص إقامة الصداقة.

وتؤيد الدراسة العلمية أن الناس يميلون إلى الإعجاب بأولئك الذين يتعاونون معهم من أجل مصالح متبادلة، ولا يظهرون روح التنافس في حياتهم، فهؤلاء الأفراد يتمتعون بفرص إقامة العلاقات والصداقات المتكافئة مع الآخرين بنفس الدرجة.



التقارب:

إن من نعم الله على الإنسان، أن جعله اجتماعيًا بالفطرة، يميل إلى نظرائه في الخلق، وهذه غريزة من الغرائز، موجودة في بني البشر جميعًا. وبناءً على ما سبق، فإن فلسفة التعامل بين الناس تقوم على أساس الفطرة الاجتماعية التي جبلهم الله عليها، وهي توجب التعامل بين الناس، والتعامل يقتضي الاتصال بينهم، ومن أبرز وجوه الاتصال الشخصي: المكتابة. وبعد البعد المكاني أحد أبعاد التقارب، فهو عاملاً قوياً ومؤثراً لدى الإنسان، ومعظم الأفراد الذين يتقاربون معنا مكانياً ستكون لنا بهم صلة صداقة أو معرفة اجتماعية، أو سيصبحون حصناً أصدقاء، فأصحاب البيوت المتجاورة يكونون أكثر صداقة، وتنشأ علاقات بينهم أكثر قوة من أولئك الذين تتباعد بيوتهم، وتزداد عند الإنسان قوة التقارب عندما يكون الحاجز المكاني غير مؤثر، فالقرب المكاني معناه أن الأفراد الذين يعجب كل منهم بالآخر قد يزداد تفاعلهم وبشكل مستمر، وتتراكم لديهم الخبرات المشجعة عن الآخرين، وتنعزز بينهم الصداقات أكثر.

ورغم أن هذا العامل مؤثر جدًا في إقامة الصداقة وتقويتها، لكنه ليس كافيًا تمامًا للتألف، ويبقى عاملاً مساعدًا في التقارب فحسب. ويوجد بعض السليات الناجمة عن التصاق المساكن ببعضها؛ حيث تتولد باستمرار إحساسات غريبة تنير أحيانًا الغضب، وأحيانًا أخرى الملل لدى بعض الناس.



التشابه:

في قناعاتنا أنه لا يوجد ناس شريرون تمامًا، ولا خيرون بالكامل، كما لا يوجد أشخاص فعالون دائمًا، أو أشخاص فاشلون على الدوام، فكل إنسان منا يملك خصلاً جيدة، وأخرى سيئة.

والمشكلة، هي أننا في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين نتجه غالباً إلى نواحي قصورنا بدلاً من التركيز على نقاط قوتنا الكامنة، ومن أجل تجنب ذلك نحاول أن نحدد لأنفسنا المزايا التي نتمتع بها ونقاط الضعف التي ندركها في علاقتنا مع الآخرين، ومن المهم هنا أن نحاول الاستفادة من الجيد، وأن نتجنب ذلك الضعيف منها.

إن تشابه سلوك الناس وتعاملاتهم يثير الإعجاب لدى أغلب الناس، فنحن نميل إلى الأفراد الذين يتشابهون معنا في أخلاقهم واتجاهاتهم وشخصياتهم وقيمهم، ويزداد إعجابنا بهم كلما تداخلنا أكثر معهم.



أنواع الصداقة

يمكن تقسيم الصداقة إلى ثلاثة أنواع، هي:

الصداقة العامة:

وهي صداقة الإنسان مع كل من هو أهل للمصادقة من بني البشر باعتبار أنه مثلهم، ويشترك معهم في الهيئة، والحلقة، وفي عمارة الأرض.

الصداقة الخاصة:

وتنقسم إلى قسمين، هما:

الأخوة أو الصداقة في الدين:

وهو الرباط الذي يربط كل إنسان بمن يشاركه في الدين والعقائد والأهداف.

قال تعالى:

”إنما المؤمنون إخوة“

الصداقة الحميمة:

وتتمثل في الأصدقاء المقربين، وهؤلاء الأصدقاء هم أقرب الناس إلى قلب ذلك الإنسان وأكثر الصداقة به.



وتتمثل أجواء الصداقة الإيجابية، في:

- الكرم.
- الورع.
- ترك المناقشة السلية.
- الثقة المتبادلة بين الأصدقاء.
- استخدام الحلم والرفق واللين.
- القبول بالصدق: تجنب الخيانة في المصادقة.

قال الشاعر:

أطلب صاحبًا لا عيب فيه؟! وأي الناس ليس له عيوب؟!!

ما الذي تقدمه الصداقة؟

تبحث الناس عن من يتفق معها ويخفف لديها مشاعر الغربة، ويعزز عندها المشاعر الإيجابية، وهذه العملية سميت بالتفاعل الاجتماعي الذي يمارسه الإنسان بالفعل، فهو بحاجة إلى الآخرين، وإقامة العلاقات معهم، كحد أدنى للتفاعل الاجتماعي، بغض النظر عما يقدمونه من خدمات إيجابية واضحة أو مستمرة في ظروف الحياة العادية.

وتزداد أهمية الأصدقاء عند التعرض لظروف قاسية أو مشقة عالية، لذا كانت المساندة الاجتماعية تسهل بالفعل عملية الشفاء من المرض وشدة الضغوط، وتبدو على الأفراد الموجودين في مواقف ضاغطة ردود فعل أقل حدة بدنيًا حينما يكونون في صحبة الآخرين من الناس.

قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم:

”من صاحب الناس بما يجب أن يصاحبه، كان عادلاً“



وفيما يلي بعض الآليات التي تخفف مشاعر التوتر وعدم الارتياح من خلال قوة فعل الصداقة وما تقدمه، وهي:

الإفصاح عن الذات:

أحد الأساليب التي تساعد على خفض التوتر والمشقة وتقليل مشاعر الوحدة في الأزمات، وأهم وسائلها التكلم والتحدث والتخاطب، ومحاولة تخفيف مشاعر الشد النفسي التي تتاب الإنسان أثناء الأزمة، فيقف الصديق حينها موقف المعالج من خلال مشاركته في أدق تفاصيل الحياة الشخصية مستنداً إلى الحب والألفة اللتين تربطانه بصاحبه؛ مما يساعد كثيراً في تخفيف مشاعر الحزن وشدّة النواذب.

ويرجع علماء النفس، أهمية الإفصاح والحديث والتكلم عما يدور في الذات، وما يجده من آثار نفسية إيجابية، إلى تخفيف وطأة الأزمات من خلال:

- التعميق: التخفيف عن النفس بعد الإفصاح عن المعاناة وظروف المشقة.
- التوضيح: من خلال الإفصاح عن الذات، يتمكن الإنسان من تقديم صورة واضحة عن نفسه لصديقه؛ مما يمكنه من التفاعل معه.
- تنمية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين: وهذه الطريقة عندما يكشف الإنسان عما يدور بداخله، تقوى العلاقة مع الصديق، وتظهر لديه رغباته وحاجاته وآماله، فإذا أشبعت تلك الحاجات أو بعضها تقوى العلاقات.

المشاركة في الميول والاهتمامات الشخصية:

وتعتمد على قوة الصديق في المشاركة والتخفيف من مشاعر الضيق والملل والتوتر؛ بل وتنمية المشاعر الإيجابية السارة؛ حيث تؤدي المشاركة في الميول والاهتمامات الشخصية إلى إثارة المشاعر الإيجابية السارة متضمنة التسلية والترفيه. ويعتقد بعض المختصين بأن الصداقة وإقامة العلاقات، لا بد وأن يتخللها الكثير من المرح واللعب، وهما مصدران حيويان للتبنيه والاستثارة المعرفية.

المقارنة الاجتماعية:

وتعني معرفة الأشخاص المقربين جدًا، والآخرين الذين يتعدون عنا عند حدوث مشكلات انفعالية أو طوارئ غير مألوفة، أو عندما يتعد البعض في الشدائد، ولا يدي مساعدة واضحة.

ويظهر الصديق بوضوح أثناء الأزمات أو تحت وطأة الشعور بالوحدة، وخاصة عندما تفتقر ثقة الأفراد في قدراتهم على تحمل الضغوط والمشقة، ويصبح من الصعب السيطرة عليها، لاسيما عند الأزمات الطويلة، فالإنسان هنا يحتاج إلى الصديق كسند له.

الضبط الاجتماعي:

يعبر الإنسان عن حاجاته ورغباته أثناء التخاطب الاجتماعي، وهو يعبر أيضًا عن معتقداته وقيمه وحدوده الشخصية، لذا فإن الإفصاح عما يدور بداخل الإنسان إنما يمكن من ممارسة ضبط أكبر على سلوك الآخرين.

المساندة الاجتماعية:

تعد مواقف الصديق أقوى مساند للإنسان في كل نواحي الحياة، فما يقدمه الصديق من مساندة من خلال النصيحة والفهم والتوجيه، هو وقاء للإنسان من الوقوع في الخطأ.

ويطرح المتخصصون في هذا المجال نوعين من المساندة:

- المساندة المادية.

- المساندة النفسية.

ويرى لوجايل، أن الناس يحتاجون إلى الأصدقاء لأسباب، من بينها: الرغبة في الحصول على المساعدة - المعلومات - المساندة الاجتماعية بمظاهرها المختلفة، سواءً في شكل نصائح - تعاطف - اتفاق في وجهات نظر.

وتؤدي المساندة الاجتماعية إلى:

- تقوي التجاذب.

- تقوية إرادة الإنسان.

- خفض مشاعر الضغوط.

- تقوية قدرة الإنسان على التحمل.

- تعزيز الرغبة في زيادة الارتباط بالآخرين.

الصدقة مهاراة الاجتماعية

تعد الأسرة وساطة أساسي لعملية التنشئة الاجتماعية، وعن طريقها يكسب الأبناء المعايير العامة التي تفرض أنماط الثقافة السائدة في المجتمع.

وجود المعايير أو مرونتها تحددها الأسرة لأفرادها، ويحدد على ضوئها سلوكها العام في التصرف والتعامل.

ومن تلك الأنماط والمعايير التي تفرسها الأسرة لدى أبنائها، مهارة التواصل مع الآخرين ونجاح، وإقامة علاقات تؤدي إلى الصداقة، وهذه المعايير مهارات يكسبها الأبناء.

وحق يكون التعامل مع الناس سليماً وحسناً، يلزم أن يقوم على أسس أولية سليمة وراسخة، ومن هذه الأسس الأخلاق الحسنة.

وتقوم هذه الدراسات الميدانية في مهارات الصداقة على تدريب المهارات الاجتماعية، والتي يستهدف بعضها تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي مع الأقران، وتعتمد على:

أهم الإمزاك الاجتماعية:

ويشمل الجانب المعرفي المتصل بمهارات الصداقة، والمتمثل في القدرة على الاندماج، أو فهم مشاعر وأفكار الآخرين، باعتباره أحد الشروط الأساسية اللازمة لإقامة علاقة اجتماعية ناجحة تنسم بالمودة والتدعيم المتبادل الناتج عن الإدراك الصحيح لحاجات ورغبات الآخرين، ثم إشباعها إشباعاً مناسباً.

ويشير بـوك، إلى أن الاندماج مع الآخرين يمثل لب عمليات التفاعل بين الأشخاص.

فهم قدرة مهارات الصداقة:

يجب أن تتكون الأفكار حول العمليات التي تؤدي إلى الصداقة، وعلاقتها بقدرات الأشخاص على فهم منظور الآخرين للصداقة. وقد أظهرت هذه العمليات وجود علاقة بين القدرة على فهم منظور الآخرين وارتفاع التصورات حول الصداقة.

فهم خصائص الصديق:

يجب فهم الخصائص الشخصية للصديق، والتنبؤ بدقة المعلومات الخارجية عنه، مع دوام الصداقة معه من خلال:

- المشاركة الاجتماعية.
- التخاطب: ويتضمن مهارتي الحديث والاستماع.
- التعاون: ويستلزم قدرًا من فهم منظور الطرف الآخر.
- التصديق، أو المساندة الاجتماعية: ويتطوي على جانبي إظهار الاهتمام وتقديم المساعدة.



الصدائق فن واستمتاع

تمتج الصداقة الإنسان أماناً في الحياة، وتديقه حلالة الترحاب، وتخرجه من الوحدة، والإنسان لا يجد نفسه إلا مع من يفهمه، ولا ينطلق على سجيته إلا مع من يآلفه.

والفهم والألفة، هما: جناح الصداقة.
ولا صداقة بلا ثقة، ولا ثقة بلا تجربة، والصداقة الحقيقية تنضج على نثار الزمن الهادئة.

يقولون صادق من يعجب هو بك، أو تعجب أنت به، لأن الأول يزيدك ثقة، والثاني يقدم لك القدوة الحسنة.

يوجد من يتحدثون عن المستحيلات، ويرون بينها: **الخل الوفي**، فالخل الوفي موجود بحمد الله - إذا أحسن الإنسان الاختيار - وكان هو أيضاً خلّاً وقيّاً، لذلك كن أنت ذلك الخل الوفي لأصدقائك.

”على المرء لا تسأل وسل عن قرينه، فكل قرين بالمقارن يقتدي“



الصداقة، كم هي جميلة ومفيدة إذا كانت خارجة عن النفاق والنيمة.

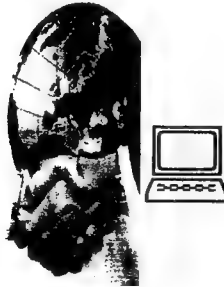
”خاف من عدوك مرة، ومن صديقك ألف مرة“

الصداقة الإلكترونية

تتأقلم آلاف البرقيات الإلكترونية على الشبكة العالمية للمعلومات **Internet**، التي تحمل مفهوم الصداقة، والتي تفسر معناها وملاحمها، وأهميتها في حياة البشر.

وتقول إحدى البرقيات الإلكترونية:

• أنت صديقي الحقيقي، فأنت الوحيد الذي وثقت به، فلقد ساعدتني خلال غضبي، وطردت الخوف بعيداً عني، وبقيت إلى جانبي عندما تخطى العالم عني وساعدتني على أن أرى البهجة حتى من خلال سماء معمة، وجلبتني ممن يرى عندما علمت أنني أكاد أقع، وأنا دائماً أعز صديق لك مع أنني لست بالإنسان الكامل، وعندما تضيق بك الحياة، ستجديني إلى جوارك لأعيد إليك بسمتك وأرد بعض أفضالك على.



• وتشرح برفقة أخرى سبب الصداقة، فتجيب على هذا التساؤل: لماذا أنت صديقي؟!، لأنك دائماً هنا من أجلي، لأنني أشعر بالراحة وأنا معك، لأنك تستمع إلى باهتمام عندما أشكو لك هي، ولأنك كصديق حقيقي، تقبلني كما أنا بدون رتوش وتشاركني فرحي وحزني وأوقات يأسني وتتقبلني من اكتسابي وتشعري بالأمان!



الصدقة في الإسلام

لقد ركز الإسلام في الكثير من مفاهيمه وتعاليمه على أسس وثوابت العلاقات الإنسانية التي تخدم حياة الإنسان، فتبلور مكونات عقله من خلال علاقة الإنسان بالإنسان، التي تترك تأثيرها على الكثير من جوانب حياته الداخلية والخارجية، باعتبار أن طبيعة العلاقة توفر جواً من الألفة والحب، ما يجعل الإنسان ينجذب إلى الآخر انجذاباً عقلياً وشعورياً.

وتحدث الإسلام في الكتاب والسنة عن مسألة الصدقة فيما يحتاجه الإنسان إلى هذه العلاقة، باعتبار أن الصدقة تمثل الإنسان في الصديق الذي يساعد الآخر، ويعاونه، ويكون موضع سره وأمانته وأمنه، لأن الإنسان لا يرغب بالوحدة؛ بل يحب أن يعيش مع الآخر.

وربما كانت علاقة القرابة لا تملأ كل ذات الإنسان، فقد يحتاج إلى من يكون قريباً له في العقل، وفي الروح، فمن يمكن أن تكون قرابته أكثر من قرابة النسب، لأن قرابة النسب تمثل هذا التواصل في الآباء والأجداد، وربما لا يحصل التواصل بين هؤلاء في داخله تواصل العقل بالعقل، والقلب بالقلب، والروح بالروح.



الصدقة في القرآن:

أراد الله من الإنسان أن يعرف كيف يختار صديقه؟ وذلك خطوة تأتبع الصديق في الصديق، وقد تحدث القرآن عن الصدقة بشكلها الإيجابي، كما تحدث عنها بشكلها السلبي.

أما الصدقة في شكلها الإيجابي، فهي الصدقة المبنية على التقوى، وهي أن تصادق الإنسان الذي يعيش تقوى الفكر ... فلا يفكر إلا حقًا، وتقوى القلب ... فلا ينبض قلبه إلا بالخير، وتقوى الحياة ... فلا تتحرك حياته إلا في الخط المستقيم. وإذا كان الإنسان تقياً، فلابد من أن يكون: ناصحاً لصديقه، لأن الدين النصيحة - الوالي لصديقه، لأن الوفاء يمثل عنصراً من عناصر الإيمان - معين لصديقه - ماعداً له - مناصراً له - يؤثره على نفسه، لأن ذلك من عناصر أسوة الإيمان.

ثم يخاطب القرآن عن الصدقة التي سوف تستمر إلى الآخرة، لأن صدقة الدنيا التي تركز على قاعدة الإيمان بالله وتقواه، تجد مكافئها الرحب في الآخرة، لأن الآخرة هي مواقع رضوان الله ونعيمه.

قال تعالى:

”الإخلاء يومئذ بعضهم لبعض عدو إلا المتقين“

فالمتقي، يبقى صداقتهم وخلتهم خالدة، لأنها انطلقت من الموقع الثابت، فلا زوال لها بالموت؛ بل تمتد لتكون حياة المحبة في الدار الآخرة، كما كانت حياة المحبة في دار الدنيا.

الأصدقاء في الآخرة:

يحدثنا القرآن عن الصداقة في الآخرة، وذلك عندما يلتقي أصدقاء التقوى، وأصدقاء الإيمان في الجنة.
قال تعالى:

”ونزعنا ما في صدورهم من غل“

فقد جاءوا إلى الآخرة، وليس في قلوبهم أي حقد؛ بل كانت المحبة تغمّر قلوبهم، لأن محبة الإنسان لله تجعله يحب الناس الذين يلتقي بهم ليتعاون معهم، ويحب الناس الذين يختلف معهم ليهديهم، ولذلك فإن تكون مؤمناً يعني أن تغمّر المحبة قلبك؛ بحيث تطرد الحقد منه.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

”اللهم اهدِ قومي فإنهم لا يعلمون“



أصدقاء الخير:

يؤكد القرآن على المجتمع الذي تصادقه وتعيش معه، فمن هم هؤلاء الذين تعيش معهم وتصادقهم؟.

”واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشي يريدون وجهه، ولا تعد عيناك عنهم تريد زينة الحياة الدنيا، ولا تطع من أغفلنا قلبه عن ذكرنا واتبع هواه، وكان أمره فرطاً“

والحديث هنا مع رسول الله - صلى الله عليه وسلم، والله يخاطب الناس بأسلوب خطابه لرسوله، ليعرف الناس أهمية هذا الخطاب، لأن الله إذا كان يطلب أمراً من رسوله، وهو حبيب وأقرب الخلق إليه، فكيف لا يطلبه من الناس؟، فمعنى ذلك أن لهذا الأمر أهمية بالغة.

عليك أيها الإنسان أن تصادق الذين يعبدون الله ويخلصون له، لأن هؤلاء هم الذين يزيدون إيمانك، وهم الذين يحفظون لك ودك، ويقون لك الوعد.



أصدقاء السوء:

يحدثنا القرآن عن الأصدقاء في الجانب السلبي، الذين يعيش الإنسان في الآخرة في حسرة من صداقته لهم.
قال تعالى:

”ويوم يعض الظالم على يديه يقول يا ليتني اتخذت مع الرسول سبيلاً، يا ويلتي ليتني لم أتخذ فلاناً خليلاً، لقد أضلني عن الذكر بعد إذ جاءني، وكان الشيطان للإنسان خذولاً“

والمراد بالظالم الذي ظلم نفسه بالكفر أو بالضلال والمعصية، يا ليتني عشت في خط الرسول - صلى الله عليه وسلم - وكان لي طريق إليه وإلى رسالته في ما تمثله من الهداية إلى الله، فينادي بالويل والبور وعظائم الأمور - أي ليتني لم أتخذ فلاناً صديقاً، لماذا؟، فلقد جاء ذكر الله على لسان رسوله، وكان عقلي وقلبي مفتوحاً عليه، وجاء هذا الإنسان فكان حاجزاً بين عقلي وذكر الله، فانحرف بعقلي وقلبي عن مساره الطبيعي، ثم عندما واجهت الموقف المصري خذلني شيطان الجن أو شيطان الإنسان، لا فرق.
قال تعالى:

”إن الشيطان لكم عدو“

ماذا يصنع العدو مع محدوده؟ ... ينصحه أو يضلّه؟..



كيف تختار صديقاً؟

الصديق، رفيق الإنسان، ليس في الدنيا فحسب؛ بل في الآخرة أيضاً، ومن هنا تأتي أهمية الأصدقاء، وخطورة انتخابهم.

إذا كان الصديق يكشف عن هوية صديقه، وعن موقعه في الحياة، حتى قيل: "قل لي من تصادق أقل لك من أنت".

• هل كل الناس جديرون بالصدقة؟، وهل الأصدقاء كلهم على قدر متساوٍ في ضرورة تكوين العلاقة معهم؟.

إن الإسلام يوجب على ذلك بتوضيح حقيقتين، هما:

- ليس كل الناس جديرين بالصدقة؛ بل يجب على الإنسان أن يختار الأصدقاء من بين الناس، كما يختار الطير الحب الجيد من الحب الرديء.

- يجب على الإنسان أن يكون معتدلاً في صداقته، فلا إفراط ولا تفريط حتى مع الجيدين.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

"أحبب حبيبك هوئاً ما، عسى أن يكون بغيضك يوماً ما، وأبغض بغيضك

هوئاً ما، عسى أن يكون حبيبك يوماً ما"

وهذه حقيقة مهمة في الحياة، لأن الناس ليسوا جدراناً، أو أحجاراً؛ بل هم بشر تؤثر فيهم المؤثرات الاجتماعية، فمن كان منهم جيداً الآن، فلا يعني أنه سيبقى كذلك إلى الأبد، ومن كان رديئاً، فلا يعني أنه سيبقى كذلك إلى الأبد، فلا يجوز أن تكون الصداقة مطلقة، وبلا حدود؛ بل يجب أن تكون مسجلة بحدودها المعقولة، ومحدودة بمقاييسها الإنسانية.

ويتساءل الإنسان:

- كيف هم أصدقاء الخير؟
- كيف هم أصدقاء السوء؟

والجواب: عن طريق الامتحان!، فلا يجوز أن نتق كل الثقة بالصدق إلا بعد امتحانه، فلا يكفي أن يضحك في وجهك إنسان، حتى تتخذ صديقاً، فالنفوس مثل المغارات لا يمكن اكتشافها بمجرد لقاء عابر، فكما لا يمكن اكتشاف المغارة من بوابتها؛ بل لابد من الدخول فيها، والفرس في أعماقها، وعندئذ سيكتشف الإنسان، إما مناظر جميلة خلابة، أو تعابين وعقارب، كذلك النفوس لا تكشف إلا بالامتحان.

إذاً، كما يقلب الناقد الذهب قبل اقتائه، لابد أن يقلب الإنسان أصدقائه قبل اختيارهم شركاء الحياة.

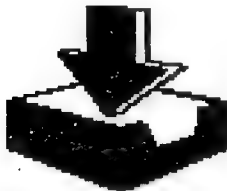
انتبه!:

وليس الصديق من يجبك وتحبه فقط، أو يتق بك وتتق به فحسب؛ بل الصديق الجيد، هو من يجمعك وإياه مبدأ واحد، فليس الحبيبان من ينظر أحدهما إلى عيني الآخر؛ بل الحبيبان من ينظر كلاهما إلى مبدأ واحد.

فمن يجمعك معه المبدأ الواحد، فهو صديق أساسي، حتى لو لم تكن أجواء المحبة سائدة بينكما من قبل، فطالما يجمعكم المبدأ، فهو صديق له قيمته، لأن المحبة قد تزول، ولكن المبدأ باقي.

إن الصديق في الله، هو الذي لا يتغير، مهما تغيرت الظروف، لأن الله تعالى لا يتغير، ومبادئه لا تزول، وصديق المبدأ يبقى ببقائه.

أما الصديق الذي يجمعك وإياه عمل محدود، أو مكسب مؤقت، أو تجارة عابرة، فإن علاقتكما تنتهي عندما يور العمل، وكذلك أيضًا صديق الوظيفة، أنه سوف ينسأك عندما تتغير الطاولة الواحدة التي كانت تجمع بينكما.



كيف نمتحن الأصدقاء؟:

فيما يلي ست طرق لامتحان الأصدقاء، هي:

الطريقة الأولى: الامتحان الروحي:

إن المحبة مثل إشارة التلغراف، فإذا شعرت باغبة في دقات قلبك، تجاه إنسان، فاعرف أنه - هو الآخر - يشعر بمثل ما تشعر به في قلبه.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

”الأرواح جنود مجنونة ما تعارف منها إئتلف، وما تناكر منها إختلف“

ولكن هذه العملية بحاجة إلى أن تعرف على نفسك، وعواطفك، وضميرك بشكل جيد، حتى تميز بين إشارات الغريزة، وبين موجبات العاطفة الصادقة.

إن التآلف بين الأصدقاء يبدأ من الائتلاف الروحي، والأرواح، هي التي تكشف بعضها، قبل أن تكشفها الأجسام، ومن هنا فإنك قد تلتقي بإنسان لأول مرة، فتخال بأنك تعرفه منذ أمد طويل، وعلى العكس قد تجاور إنساناً مدة طويلة، ولكنك لا تشعر تجاهه بأي انسجام.

قال تعالى:

”إذا جاءك المنافقون قالوا نشهد أنك لرسول الله، والله يعلم إنك لرسوله،

والله يشهد أن المنافقين لكاذبون“

لأن القلوب لم تشهد على صدق شهادتهم، ومن هنا كان كلامهم كذباً.

الطريقة الثانية: الامتحان في السفر:

في السفر يطلع الإنسان لياب التكلف عن نفسه، فيتصرف بطبيعته، ويعمل كما يفكر.

ومن هنا، فإنك تستطيع أن تتحنه بسهولة.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

"لا تسمي الرجل صديقاً حتى تختبره بثلاثة خصال: حين تغضبه، فتتظر

غضبه، أخرجته من حق إلى باطل؟، وحين تسافر معه، وحتى تختبره

بالدينار والدرهم"



الطريقة الثالثة: الامتحان في الشدائد:

الصديق الجيد من يكون موقفه منك جيدًا، حينما تكون في شدة، ويكون معك حينما يترأ منك الآخرون، ويصدقك حينما يكذبك الآخرون، كما كانت السيدة هديجة - رضي الله عنها - مع رسول الله - صلى الله عليه وسلم - ومن هنا كثيرًا ما كان يذكرها بعد وفاتها، وذات مرة، قالت له: السيدة عائشة - رضي الله عنها - إنك لا تفتأ تذكر هديجة، وقد عوضك الله خيرًا منها!، فقال لها رسول الله - صلى الله عليه وسلم:

"مه يا عائشة!، إن الله لم يعوضني خيرًا منها، فقد صدقتني حين كذبتني الناس، وأوتني حين طردني الناس، وآمنت بي حين كفر بي الناس" فهي كانت صديقة الشدة ... لا الرخاء، ولذلك لم يفتأ رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يذكرها ويستغفر لها الله.

قد يتعرض إنسان للإيقاف عن العمل - تجربة حقيقية - فترا منه أصدقاؤه، ويررون ذلك بقولهم: إن صداقة فلان أصبحت تكلف!، إن هؤلاء ليسوا أصدقاء جديرين بالصداقة!، لأنهم يحثون عن صديق يكلفه لا من يتكلفون له.

قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم:

"يمتحن الصديق بثلاثة، فإن كان مؤاتيًا فيها، فهو الصديق المصافي، وإلا كان صديق رخاء لا صديق شدة: تبتغي منه مالاً، أو تأمنه على مال، أو مشاركة في مكروه" فقبل أن تتخذ أي إنسان صديقًا، اختبره في أية مصيبة تحمل بك سواء كانت مطاردة أو مصيبة إفلاس، أو غربة ... وغيرها.

الطريقة الرابعة: امتحانه في حب التقرب إليك:

بإمكانك اختبار صديقك، عبر اختبار حبه للتقرب إليك في الأمور

التالية:

- هل يرتاح إلى مجالستك؟.
- هل يحب أن يستمع إليك؟.
- هل ينشر الأعمال الصالحة التي تقوم بها؟.
- هل يحول كسب رضاك، وإدخال السرور إلى قلبك؟.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

"صديق المحبة في ثلاثة: يختار كلام حبيبه على كلام غيره، ويختار

مجالسة حبيبه على مجالسة غيره، ويختار رضي حبيبه على رضي غيره"

فإذا توفرت في صديقك هذه الصفات، فهو حقاً صديق أخيه.

الطريقة الخامسة: الامتحان عند الحاجة:

لا شك أن أصدقاء الأخذ كثيرون، أما أصدقاء العطاء فهم قلة، وهم الجديرون بالصدقة، لأنهم أصدقاء الإنسان، لا أصدقاء جيهة.

وحتى تعرف أي إنسان:

- جربه عند الحاجة إليه، وانظر هل يقدر حاجتك أم لا، وهل يهتم بك، وأنت محتاج؟.

إن الناس عادة على نوعين:

النوع الأول: الذين يقضون حاجات الناس، من دون أن يكونوا مستعدين للتضحية في سبيل ذلك، وإنما بمقدار ما يتيسر لهم من الأمر.

النوع الثاني: الذين يؤثرون على أنفسهم، ولو كان بهم خصاصة - حسب تعبير القرآن.

والمطلوب ليس النوع الثاني دائماً؛ بل الأول على الأقل، أما من كان يرفض الإنسان عند الحاجة إليه، فهو غير جدير بالصدقة في هذه الحياة.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

- ثلاثة لا تُعرف إلا في ثلاثة، لا يُعرف الحليم إلا عند الغضب،

ولا الشجاع إلا عند الحرب، ولا الأخ إلا عند الحاجة -

ولمعرفة الصديق، جربه، في الطلب منه، وحينئذ تعرف كيف يتصرف معك؟.

ولا تنس حينما يحتاج إليك الناس، إنك ستحتاج إليهم يوماً، ولا تبخل على نفسك بقضاء حوائجهم، حتى لا ييخلوا عليك، حين الحاجة إليهم.

الطريقة السادسة: الامتحان في حالة الغضب:

كل إنسان يظهر على حقيقته في حالة الغضب، فيبدو للآخرين في صورته الواقعية، ويقول حينئذ ما يفكر به، لا ما يتظاهر به.

فقد يكون هناك إنسان مجاملتك، ويقدم لك كلمات المحبة في كل وقت، فإذا أغضبه، قال الحقيقة التي طالما سترها عنك.

قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:

"إذا أردت أن تعلم صحة ما عند أخيك فأغضبه، فإن ثبت لك على المودة، فهو أخوك، وإلا فلا!"



من صديق

قد يفاجئك البعض بسؤال:

● من هو صديقك؟

وبعضية مفرطة وتلقائية تكون إجابتك سريعة للتعرف عن ذاك الصديق؟
وأخرى بك أن تترث قبل الإجابة لتفكر، فقبل أن تمنح مفاتيح الثقة لأي
كان - في الثاني السلامة، وفي العجلة الندامة - فأغلبية البشر أصبحوا يجيدون
الظهور على المسرح وإتقان فن التمثيل من دراما وتراجيديا، وحتى الحب أصبح
من الأدوار المهمة والمتقنة وأما إتقان يأسر القلوب ويعمي البصيرة.
إن كنت ممن قلبه يتولى زمام أمره، فإنك مهزوم لا محالة، لأنه يلمس أوتار
القلب منك لتنظر إليه من منظارك لذاتك البرينة العفيفة - كل يرى الناس بعين
طبعه - ربما يحتم عليك التنازل عن شكوك والاستعاضة عنها بحسن الظن، فلقد
أتقنوا عليك فن المجاملة المصطنعة باحبة الخالصة والكرم والعطاء، وذاك الأسلوب
المنمق في التعامل والكلمة التي تأسرك من دون قيود.

من هنا يكون لك الصديق الأمثل إلى أن يأتي، حين تتجلي فيه الأمور
وتظهر الحقيقة المؤلمة بعد سقوط الأقنعة المزيفة، وما كانت تهدف إليه من أغراض
ومصالح شخصيه تجعل كل ما أمامك ينهار في لحظة لم تكن تتوقعها، وبعد فوات
الأوان، ومن يأتي اللوم على نفسك لتفتك المفرطة، والتي أعطيت لأولئك
المتجردين من الإنسانية، بالتمادي في الاستغلال بياض فؤادك وكرمك للوصول إلى
أهدافهم؟.

وفي معظم الأحيان نستهن بمعنى الصداقة، ونرضى بقبول أي إنسان كأننا ما يكون بالقرب إلينا وإدخاله في دائرة معارفنا، وإن رأينا منه عيباً وسلوكاً منحرفاً، ونقول: كلنا عيوب وذاك شأنه ما دام لا يظهر لنا إلا الخير.

في حين أن نظرة الآخرين نحونا تختلف عما نضمرة نحن من خير ومودة وألفة لكل من حولنا، فكثير التساؤلات ونحن نسيح في هذه الأرض، ولا ندري في أي تيار جرفنا، وإلى أي مصير سرنا ويارادتنا ألتنا الفرصة لأولئك والمتملقين والوصوليين المخادعين لتحقيق أطماعهم وطموحاتهم من خلال تساهلنا وثقتنا وإيماننا بهم كأصدقاء.

صديقي القاري ...

- هل صديقك حقاً، ذاك الذي أفصحت عنه منذ الوهلة الأولى؟.

- هل هو الصاحب في السفر؟.

- هل هو صديق وقت الشدة، أم تراه الودود في وقت الرخاء؟.

إن الصداقة شيء مهم في حياتنا لما لها من عظيم الشأن، والأثر في استدراك الأمور وتفاديها أو الاستمرار فيها، إنها أجرة الخالصة التي قد صبغت بصيغة روحية للتآلف بين القلوب فتجمعها على المودة والرحمة والكلمة الطيبة، فعند حلول الشدائد تتآزر الأفتدة، لتصبح قوة لا تقصفها الرياح، أما في لحظات الفرحه يجتمع شملها على أجرة والقبطة والسرور.

الصديق، هو: من صدقك، وليس من صادقك - من آثرك، وتأثرت به

- رحك - اطمأن لوجودك إلى جانبه.

إن كل إنسان يتوق إلى مصاحبة من يتصف بمكارم الأخلاق، ويتقرب ممن هم أهل لها ليشار إليه بالبنان - هو ذا صديقي - الصديق الصدوق الخير الأمين.

لذا

يجب أن نختار من يعبر معنا عن هذا المعنى الأخلاقي الكبير - صديق - فالصديق لا يصاحب كذاباً، والإنسان المتواضع لا يصاحب مغروراً، فالمغرور إن رأى منك حسنة نسبها إليه، وإن بدت منه الإساءة نسبها إليك، والمخلص لا يصاحب مخادعاً أو منافقاً، والعكس تماماً، وإن حدث ذلك تكن صفة مؤقنة لا تلبث أن تقطعها الرياح العاتية، حتى وإن كان هواء بارداً طياراً، لأنها صدائه واهية أحد طرفيها هشا ليس له قاعدة أو أساس تتكى عليه ولا تدوم طويلاً.

الصداقة، لها معنى كبير لا يستهان به، وما أخرجنا إليها، فكما نحتاج للماء والهواء نحتاج حمداً إلى الصداقة الحقة.

وما سبق، نتبين أنه يجب التريث والتأني والتردد في اختيار الصديق، والإفصاح عنه من البدء ... إذ يجب علينا التأكد من ماهية تلك النفس الملتصقة بنا على الدوام، فليس ضرورياً أن يكون كل من عرفناه وتحدثنا إليه وصحبناه يستحق كلمه صديق، فالإعلان عنه لمن حولك ينبتهم بمن تكون، إذ تراءى لهم كثير من الصور والمعاني، التي سرعان ما تتركز في أذهانهم بما يعرفونه عن ذاك الإنسان، وينتهي بهم الأمر إلى أنك أنت ذاك الصديق.

والمعارف عليه ما ندركه نحن من خلال تجارب الحياة، إن العلاقات لا
تقوم إلا على النماذج المتشابهة، فكل يلوذ إلى وليفه، والنفس مائلة إلى أشكائها
والطيور واقعه على أمثالها.

فلا تصاحب الشرير، فإن طبعك يسرق من طبعه خلسة وأنت لا تعلم.

ويقول أحد الحكماء: ويبقى الصالح من الرجال صالحاً حتى يصاحب فاسداً،
فإذا صاحبه فسد، مثل ماء الأنهار تكون عذبة حتى تخلط ماء البحر، فإذا خالطته
ملحت وأفسدها. .



من الجدير بالصدقة

ترجع الحكمة من اختبار الأصدقاء، للأسباب التالية:

- إن هذا الزمن زمن جور، فيجب على الإنسان الحذر، لأنك ستعطي صديقك الثقة، وتبوح له بكل أسرارك، وتكون مكشوفًا أمامه.
- قد يخطئ الإنسان في اختيار صديقه، ولا يعرف حقيقته، وبالاختبار يعرف الإنسان عيوب صديقه، فإما أن يحاول أن يصلحه، أو أن يتعد عنه إذا دعت الحاجة والموقف لذلك.
- إذا طرأت تغيرات معينة في الصداقة، فيكون الاختبار هو الكاشف لتلك المتغيرات.

الجديرون بالصدقة:

- من قل شقاؤه.
- من إذا خدمته صانك.
- من يرغب فيك وإليك.
- صاحب الأخلاق الحميدة.
- من إذا قلت حقًا صدق قولك.
- من إذا رأى منك حسنة عدها.



من لا تجدر مصادقتهم:

- من إذا حدثته ملك.
- متبعو عيوب الناس.
- الفضيون وشنيذو الغيظ.
- من إذا مانعته قتلك والفري.
- من إذا فارقه ساءك مغبة بذكر سوءاتك.

أما بالنسبة لموقفنا تجاه من لا تجدر مصادقتهم: أن لا نترك هؤلاء الناس، فإذا ابتعدنا عن مسؤولية المصادقة هؤلاء الأشخاص، فإن ذلك يدعوهم لمصادقة من هم على شاكلتهم وأكثر، لكن صداقتهم ربما من خلالها استطعنا تغييرهم إلى الأفضل واستفادهم من جحيم الرذيلة إلى جنة الفضيلة.

إذا كنت في قوم فصاحب خيارهم ولا تصحب الأردني تترى مع الردي



كيف تكسب الأصدقاء؟

يقول ميل كارنجيج، في كتابه: كيف تكسب الأصدقاء؟: إن الإنسان يستطيع كسب المزيد من الأصدقاء من خلال غريزة إلهية، حيث يهتم بالآخرين، وإذا حاولنا استمالة الآخرين حتى يهتموا بنا فقط، فلن نكسب الكثير من الأصدقاء المخلصين، لأن الأصدقاء الحقيقيين لا يكسبون هذه الطريقة.

وإذا أردنا بالفعل أن نكسب الأصدقاء دعنا نحس الناس بود وحماس، وعندما يتصل بك أحد هاتفياً استعمل الطريقة النفسية التي تظهر ابتهاجك للحديث معه، وإذا لم تشعر بالرغبة في الابتسامة، فعليك أن تجبر نفسك على الابتسام، وإن كنت وحيداً، وأجر نفسك على تريم لحن أو أغنية، وتصرف وكأنك سعيد، وهذا ما سيجعلك سعيداً بالفعل.

ويضيف: فكر دائماً، بأن عليك أن ترفع رأسك، وتملأ رثيك بالهواء كلما خرجت من باب منزلك، وألق التحية على أصدقائك وأنت تبسم، وبث الروح في كل مصافحة، ولا تخش إساءة فهمك، ولا تضع لحظة في التفكير بأعدائك، وحاول أن تثبت في ذهنك الأمر الذي ترد فعله، ومن دون الحياذ عن الطريق ستسير إلى هدفك مباشرة، واحفظ بمنهج عقلي صحيح مع أصدقائك: منهج الشجاعة والصراحة والمرح.



والصيفيون القدماء، هم أكثر الناس حكمة وتعقلًا، ولهم حكمة يجب ألا

نسأها:

“الإنسان الذي لا يملك وجهًا باسمًا يجب ألا يفتح محلًا تجاريًا”

ويشير هيل كاوفيج، إلى أنه إذا أردت أن تكسب مودة الناس، وتكسب صداقتهم، فعليك أن تكون مستمعًا جيدًا لبقًا، وشجع الآخرين للتحدث عن أنفسهم، فالإنسان الذي يتحدث إليه يهتم بنفسه وبرغباته ومشكلاته أضعاف ما يهتم بك ومشكلاتك، فالإنسان الذي لا يفكر إلا بنفسه هو إنسان جاهل مهما تكن درجة علمه.

وهناك مبدأ مهم في السلوك الإنساني، فإن سرنا عليه لن نقع في أي مأزق وسنكسب بواسطته عددًا لا يحصى من الأصدقاء وسعادة دائمة، ولكن عندما نتجاوز هذا المبدأ، فإننا سنواجه متاعب لا متناهية.

هذا المبدأ، هو:

“أن تجعل الإنسان الآخر يشعر بأهميته”

فالرغبة في الشعور بالأهمية هي أعمق حافز في الطبيعة الإنسانية.

وأعمق المبادئ في طبيعة الإنسان، هي التماس التقدير والثناء، وهذا الحافز المسئول عن الحصانة نفسها.

وكان الفلاسفة، يسعون لإيجاد قواعد للعلاقات الإنسانية منذ آلاف السنين، ولم يستطيعوا إيجاد سوى قاعدة واحدة هي في غاية الأهمية إلا أنها ليست حديثة؛ بل هي قديمة قدم التاريخ، وهي:

“عامل الناس بما تحب أن يعاملوك به”

وكل إنساناً يحب استحسان الناس واعترافهم بقيمتك الحقيقية وشعورهم
بأهميتك بالنسبة لعالمك الصغير، لكنك لا تريد أن تسمع إطراء رخيصاً وكاذباً؛ بل
تلمس التقدير المخلص.
أنت ترغب أن يكون أصدقاؤك ومعانوك صادقين في تقديرهم وكرماء في
مدحهم.



فن بناء العلاقات مع الأصدقاء

يتم بناء العلاقات مع الأصدقاء وفقًا لما يلي:

- إشعار الأصدقاء بأهميتهم، وذلك من خلال:
 - اتّبع نفسك بأن كل الأصدقاء مهمون.
 - وجه الاهتمام لهم من خلال ملاحظتك إياهم، وما يقومون به.
 - أبلغه أنه ترك لديك انطباعًا جيدًا، وأمثل طريقه لذلك أن تجعله يترك أنه قد أثر فيك، وأنه قد ترك انطباعًا في نفسك.
- الود الفوري والصداقة السريعة، عليك بـ:
 - حافظ دائمًا على: الهدوء والابتسامة.
 - تذكر دائمًا أن معظم الناس توافون إلى الود والصداقة مثلك تمامًا.
 - لا تقم بامتهان نفسك من أجل استشارة مشاعر السود في نفوس الأصدقاء.

- أنشئ انطباعًا أوليًا جيدًا لدى الأصدقاء، فلا بد لك:
 - كن بشوشًا ودودًا.
 - البدء بنغمة أساسها المودة.
 - مكن الطرف الآخر من أن يعرف أنه قد ترك في نفسك انطباعًا جيدًا عنه.
- يحكم الآخرون عليك من خلال أرائك في كل الأشياء، وليس من خلال رأيك في نفسك فقط.



- انتق الكلمات الجيدة.
- انتقد، ولكن بدون حرج.
- امدح الأصدقاء والني عليهم.
- اجذب الأصدقاء نحو وجهة نظرك.
- اجعل شخصيتك جذابة، وذلك من خلال:
 - المظهر اللائق.
 - لا تكن تقليدياً عند الشاء والمجاملة.
 - لا بد لك من المرح والإشراق والتفاؤل.
 - صافح الأصدقاء بنبات وحزم غير مبالغ فيه.
 - اجعل خطواتك ذات جرأة وثقا من نفسك.
 - أضف صفة الحماسة إلى شخصيتك وتصرف بحماس.
 - اجعل نبرة صوتك تعبر عن الثقة، وتكلم بوضوح، وبلا تردد.
 - كن ذا لباقة، فإن أردت حب الناس كن شغوفاً بهم، فلا تجعل لسانك يحونك قط.
- عليك أن تصير على الآراء والأفكار التي ترى في قرارة نفسك أنها غير متفقة معك.
- يجب أن يعرف الآخرون أنك تقدرهم وتقدر قيمتهم وعاملهم على أساس أن لهم قدراً لديك، ووجه لهم الشكر دائماً، وأشعرهم بأنك تخصهم بها وحدهم.

الاهتمام بالأصدقاء

الاهتمام بالأصدقاء ... بطاقة الدخول إلى قلوبهم

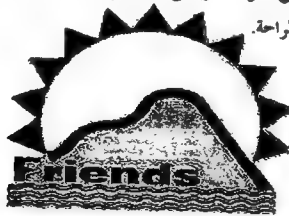
صديقي القاريء ...

إن من أولئك واضمن الطرق لدخول قلب الإنسان الآخر ... سواء كان رجلاً أو امرأة، هي: معرفة الشيء الذي يرتبط به عاطفياً، ومنحه الفرصة والوقت الكافي حتى يفصح عنها، فإذا كنت ترغب في خلق انطباع حسن عند الآخرين، فلا بد وأن تتم بصدق وإخلاص.

وبدون هذا الاهتمام الصادق، فإن الصفات الحسنة الأخرى لن تكون قادرة على إعطاء هذا الانطباع الحسن عنك عند الآخرين.

إن اهتمام الإنسان بالآخرين كأشعة انجبة المشرقة الصافية التي تمتد وتصلل في هدوء إلى مجتمعات الإنسان الآخر الذي يعاني من وحشة، أو أزمة، أو ألم، فتخفف عنه، وتعيد الرضاء إلى نفسه، والثقة إلى قلبه، والبسمة إلى شفتيه.

والصديق، هو الأقدر على إيجاد مثل هذا الاهتمام الذي يمنح الآخرين الدفء والحنان والراحة.



الثقة بين الأصدقاء

أساس التعامل مع الأصدقاء، هو: الثقة بهم، وضعف الأصدقاء وأخطأهم لا تعني فقدان الثقة بهم.

بناء الثقة:

حتى يمكنك كسب ثقة الأصدقاء، عليك بمراعاة ما يلي:

- إصلاح نفسك أولاً، ثم إصلاح الأصدقاء، والملاحظ أن كثيراً من الناس يفقد الثقة بنفسه، فكيف يوجدها ويزرعها في الأصدقاء.



- التحفيز.
- استمع إليهم.
- الغف عن زلاتهم.
- أخلص النصيحة لهم.
- إنزال كل واحد منزله.
- فهم كل إنسان على حده.
- الاعتذار إليهم إذا أخطأت.
- أن تحب لهم ما تحب لنفسك.
- أن تتناسب العقوبة مع الخطأ.
- شكرهم على معروفهم أو عند كف أذاهم.
- معرفة ظروف الأصدقاء وحاجاتهم وسلوكياتهم أساس للثقة بهم.

نتائج بناء الثقة بين الأصدقاء:

ينتج عن بناء الثقة بين الأصدقاء، ما يلي:

- ربطه بالله.
- الحرص على تكميل إيمانه وثقته بالله.
- تقوية معرفته وإيمانه بالقضاء والقدر.
- ذكر نماذج من السلف، وكيف ارتفعوا باستثمارهم مواهبهم وتمييزها؟.
- الوقوف بجانبه في بداية الأمر وتوجيهه ومراقبته وتصحيح مساره أولاً بأول.
- تبينه بأنه يملك ثروة كبيرة من الطاقات والقدرات، وكل من حوله كذلك.
- إجراء اختبار للإنسان لمعرفة مقدار ثقته بنفسه، ومدى توفر عوامل الثقة ونقصها.
- يوجه إلى ما يحسنه من عمل، وما تثقل إليه نفسه، ليدع فيه فتمو ثقته بنفسه وطاقاته وقدراته.
- إبراز طاقاته وقدراته، مع عدم المبالغة والإفراط في المدح المؤدي إلى الرضا بالحال التي هو عليها.
- يوجه إلى أن الخطأ هو طريق الصواب، وأن الكل يمكن أن يقع في نفس الخطأ، وأن يعاود المحاولة ولا ييأس، وأنه بإمكانه استثمار الخطأ، وجعله في قالب النجاحات.

- معرفة أثر البيئة في نفسيته.
- دفعه للمغامرة أحياناً لتزول الهيبة، ويكسب الثقة.



هل أنت سعيد بما قبل أصدقائك؟

لكل إنسان رغبة في الاستئثار بإعجاب الأصدقاء، والاستحواذ على ثنائهم من سمات الحياة الشخصية المحبوبة قد تحظي بإعجاب الناس، ولكن مثل هذا الإعجاب يتبدد كالمدخان في الهواء، إذا لم يسانده جمال الروح، وأهم عنصر في جمال الروح هو الجاذبية.

واليك عشر قواعد تشكل أهم مقومات الشخصية الجذابة:

القاعدة الأولى: التفكير في الخير:

حتى تكون جذاب، لابد أن تتصرف دائماً بنفسية الخير.

القاعدة الثانية: التفكير بهدوء:

من الأفضل عند التفكير في موضوع ما، أن تكون نفسك مرحة وهادئة، حتى يمكنك البت في الأمور بطريقة سلسة وغير معقدة، أما عندما تكون نفسك كئيبة، فلا تحاول أن تحسم في أمر ما، حتى لا يشوب النتيجة الخوف والقلق.

القاعدة الثالثة: الصدق:

الصدق صفة أساسية من صفات الجاذبية، فهو واجبة التفكير مع النفس، وفي التفاوض مع الغير.

أما الإنسان ذو الوجهين أو الخب لذاته والمشاكس لغيره، فهل ستكون برأيك ... شخصية جذابة؟!

القاعدة الرابعة: فهم الأصدقاء:

من المستحسن محاولة فهم مشكلات الأصدقاء، وأن تكون إنسان مجامل ليس فقط في المناسبات الكبيرة؛ بل في الصغيرة أيضاً، كما يجب احترام أحزان الأصدقاء وإبداء السرور في أفراحهم.

القاعدة الخامسة: علم الاستماع:

الاستماع للآخرين يجعلك شخصية جذابة، لأن الإنسان الذي يتقن فن الاستماع لأحاديث الأصدقاء يكون محبوباً منهم، كما يجب أن تترك للآخرين حرية الحديث، ثم تشارك فيه بعد ذلك .

القاعدة السادسة: التواضع:

يعتقد الكثيرون في قرارة أنفسهم أنهم لا يقلون عن الأصدقاء في أي شيء، لذلك فالتعالي عليهم قد يؤثر على علاقتهم بك، ويتمثل ذلك في طريقة الحديث والتصرف غير اللائق، بينما التواضع يكسب صاحبة دائماً محبة الأصدقاء.

القاعدة السابعة: التفؤل المعقول:

المتفائل محبوب دائماً، فهو يجعل الأصدقاء يرون العالم بمنظار الواقع، ولكن هذا التفاؤل يجب أن يكون في حدود المعقول، وألا يتطرق إلى الخيال، والمتفائل لا يعترف باليأس، ولكنه يجد دائماً الأمل في حل مشكلاته وفقاً لإمكاناته.

القاعدة الثامنة: إظهار الإعجاب في الوقت المناسب:

يجب كل إنسان أن يتلقى المدح، ولكن ليس إلى درجة النفاق، فالإنسان يحتاج إلى الجمالة وإظهار الإعجاب الذي يجد الثقة في النفس، ولكن يفضل أن تظهر هذا الإعجاب في محلة بكلمة مختصة في الوقت المناسب والطريقة المناسبة.

القاعدة التاسعة: عدم الجوع بالتعاب الخاصة:

الحزن والألم والضيق، عناصر موجودة أصلاً في الإنسان، ولا يمكن له التخلص منها، ولكن لا بد من إخماتها أو تقليلها قدر الإمكان حتى لا يسأم الآخرون، لأنهم غير مجبرين على المشاركة في أحزاننا.

القاعدة العاشرة: تقبل النقد البناء:

من الجيد استقبال نقد الأصدقاء برحابة صدر، إذا صدرت عن أناس مخلصين لا يبغيون سوى المساعدة ألحقة، وقد يصدر هذا النقد من أناس حاقدين، ولكن في الحالتين من المستحسن أن تقبل ما يوجه إليك من نقد بابتسامة، ومهما كان الثمن مع ما يفرضه ذلك من التحكم بالعقل والسيطرة على المشاعر.

صديقي القاري...

أتمنى أن تكون شخصيتك جذابة ومحبوبة دائماً.



نصائح صديقا

للصداقة آدابًا قل من يراعيها، ولذلك فإننا كثيرًا ما نجد المحبة تنقلب إلى عداوة، والصداقة تنقلب إلى بغضاء وخصومة، ولو تمسك كل من الصديقين بآداب الصداقة لما حدثت الفارقة بينهما.

ومن آداب الصداقة التي يجب مراعاتها :

- أن تكون الصداقة في الله.
- أن يسأل عليه إذا غاب.
- أن يصبر على أذى صديقه.
- أن ينشر محاسنه، ويذكر فضائله.
- أن يحب له الخير كما يحبه لنفسه.
- أن يكون الصديق ذا خلق ودين.
- أن يكون الصديق ذا عقل راجح.
- أن يستر عيوب صديقه، ولا ينشرها.
- أن يزوره في الله، لا لأجل مصلحة دنيوية.
- أن يكون عدلاً غير فاسق، متبعًا غير متدع.
- أن يكون وفيًا لصديقه مهما كانت الظروف.
- أن يصبر عليه في النصيحة، ولا يئأس من الإصلاح.
- أن ينصحه برفق ولين ومودة، ولا يغلظ عليه بالقول.
- أن يعود إذا مرض، ويسلم عليه إذا لقيه، ويحييه إذا دعاه، وينصح له إذا استصحه، ويشمته إذا عطس، ويتبعه إذا مات.

- أن يقبل معاذيره إذا اعتذر.
- ألا يكثر عليه اللوم والعتاب.
- أن يسارع في قنته وتبشيره بالخير.
- أن يكثر من الدعاء له بظهر الغيب.
- أن ينصفه من نفسه عند الاختلاف.
- أن ينسى زلاته، ويتجاوز عن هفواته.
- ألا يعيره بذنوب فعله، ولا يجرم ارتكبه.
- أن يؤثره على نفسه ويقدمه على غيره.
- ألا ينتظر منه مكافأة على حسن صنيعه.
- أن يشجعه دائماً على التقدم والنجاح.
- ألا يحقر شيئاً من معروفه، ولو كان قليلاً.
- أن يشاركه في أفراحه، ويواسيه في أحزانه.
- ألا ينسى مودته، فالحر من راعى وداد لحظة.
- أن يقدم له الهدايا، ولا ينساه من معروفه وبره.
- أن يذب عنه، ويرد غيبته إذا تكلم عليه في المجالس.
- ألا يكثر معه المجادلة، ولا يجعل ذلك سبباً لهجره، وخصامه.
- ألا يخل عليه إذا احتاج إلى معونته، فالصديق وقت الضيق.
- أن يعلمه ما جهله من أمور دينه، ويرشده إلى ما فيه الصلاح.
- أن يقضي حوائجه، ويسعى في مصالحه، ويرضى من بره بالقليل.
- أن يرحب به عند زيارته، وييش في وجهه، ويكرمه غاية الإكرام.
- أن ينصره ظالماً أو مظلوماً، ونصره ظالماً بكفه عن الظلم ومنعه منه.

- ألا يفشي له سرًا، ولا يخلف معه وعدًا، ولا يطيع فيه عدوًا.
- أن يلتزم له المعاذير ولا يلجئه إلى الاعتذار.
- وإذا الحبيب أتى بذنب واحد جاءت محاسنه بألف شفيع
- أن يُعلمه بحبته له.
- قال الرسول - صلى الله عليه وسلم:
- "إذا أحب أحدكم أخاه فليُعلمه أنه يحبه"
- أن يتواضع له ولا يتكبر عليه.
- قال تعالى:
- "واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين"
- ألا يسيء به الظن.
- قال الرسول - صلى الله عليه وسلم
- "إياكم والظن، فإن الظن أكذب الحديث"

مراجع الكتاب

أولاً: المراجع العربية:

١. القرآن الكريم.
٢. بئنة مجيد الخفافي: الصدقة .. صدقة أم اختصار، مجلة النبأ، العدد (٧٤)، جمادي الأولي، ١٤٢٣هـ.
٣. دافيدوف ليندا: مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب، وآخرون، القاهرة، دار ماجروهيل للنشر، ١٩٨٣م.
٤. عبد الرحمن عيسوي: دراسات في علم النفس الاجتماعي، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٤م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 5 - Good, C.V. : Dictionary of Education, 3rd, Mc. Grow Hill, New York, 1993.

ثالثاً: الشبكة العالمية للمعلومات:

- 6 - <http://www.albayan.co.ae>
- 7 - <http://www.aledari.tripod.com>
- 8 - <http://www.aljazirahschool.com>
- 9 - <http://www.alsaha.com>
- 10 - <http://www.balagh.com>
- 11 - <http://www.bayynat.org.lb>
- 12 - <http://www.damascus-online.com>
- 13 - <http://www.google.com>
- 14 - <http://www.qurannet>
- 15 - <http://www.shamela.net>

فهرس

الصفحة	المحتوي
٣	• حكمة.....
٥	• إهداء.....
٧	• تقديم.....
٩	الصدقة.....
١٣	الصدقة صدقة أن اختيار؟.....
١٩	مراحل تكوين الصداقة.....
٢٥	أنواع الصداقة.....
٢٧	ما الذي تقدمه الصداقة؟.....
٣١	الصداقة مهارة اجتماعية.....
٣٣	الصداقة فن واستماع.....
٣٥	الصداقة الإلكترونية.....
٣٧	الصداقة في الإسلام.....
٥١	من صديقك؟.....
٥٥	من الجدير بالمصداقة؟.....
٥٧	كيف تكسب الأصدقاء؟.....
٦١	فن بناء العلاقات مع الأصدقاء.....
٦٣	الاهتمام بالأصدقاء.....
٦٥	الثقة بين الأصدقاء.....

٦٩	هل أنت محبوب من قبل أصدقائك؟.....
٧٣	نصائح صديق.....
	مراجع الكتاب
٧٧	أولاً: المراجع العربية.....
٧٧	ثانياً: المراجع الأجنبية.....
٧٧	ثالثاً: الشبكة العالمية للمعلومات.....
٧٩	• فهرس.....

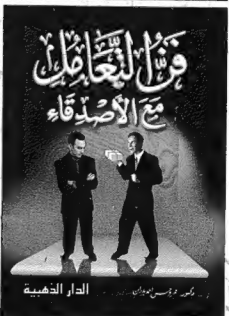
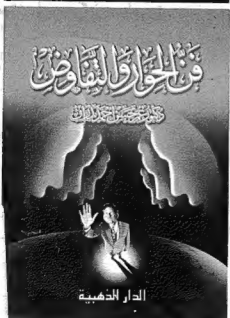
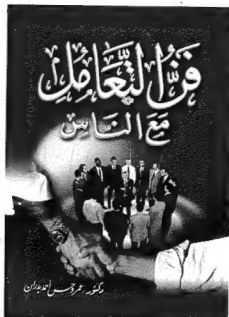
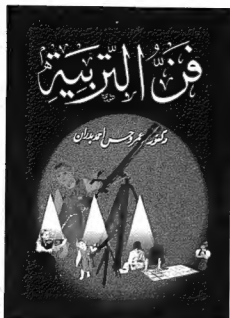


د/ عمرو حسن أحمد بدران

DrAmroBadran@Hotmail.Com

0105729929

سلسلة فنون



Bibliotheca Alexandrina



0461946

الدار الذهبية

للطباعة والنشر والتوزيع

م. ش. الجمهورية - عابدين - القاهرة : ت : ٣٩١٠٣٥٤ - فاكس : ٧٤٤٦٠٣١